



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ISPANAKLI EKŞİLİ KÖFTE (MALATYA)

2 su bardağı yarma
1/2 kg. ıspanak
1 su bardağı kahverengi mercimek
3-4 baş kuru soğan
3 yumurta kadar yağ
1 yemek kaşığı salça
2 yemek kaşığı erik ekşisi
Varsa 1-2 yemek kaşığı ke 

Soğanlar küp şeklinde doğranır, geniş bir tencerede yağla birlikte kavrulur, sulandırılmış salça ilâve edilir. Yağla çevrildikten sonra üzerine 6-7 bardak su ilâve edilir. Ayıklanmış, yıkanmış mercimek konarak kapağı kapatılır, haşlanmaya bırakılır.

Diğer taraftan yarma-tuz-su ilâvesi ili yoğrulur. Yoğrulan hamur nohut büyüklüğünde parçalara ayrılır ve yuvarlanır. Pişen mercimeğe tuzla birlikte ilâve edilir. Erik ekşisi konur. Köfteler biraz pişince ayıklanmış-yıkanmış-doğranmış ıspanaklar ilâve edilir. En son ke  konur. Köfteler tam pişince ateşten alınır. Sıcak olarak servis yapılır.

Not:

1. Arzu edilirse salça kullanmadan pişirilebilir.
2. Soğan yağla ayrı bir kapta kavrulup pişen yemeğin üzerine gezdirilebilir.
3. Çorbalarda olduğu gibi ateşten alınmadan önce 1 /2 kg. yoğurt-1 kaşık un karıştırılarak terbiye gibi katılabilir.

